

VU Research Portal

Een perfecte bocht schaatsen

Bakker, F.C.

published in
Psychologie Magazine
1992

document version
Publisher's PDF, also known as Version of record

[Link to publication in VU Research Portal](#)

citation for published version (APA)
Bakker, F. C. (1992). Een perfecte bocht schaatsen. *Psychologie Magazine*, 11(2), 37-39.

General rights

Copyright and moral rights for the publications made accessible in the public portal are retained by the authors and/or other copyright owners and it is a condition of accessing publications that users recognise and abide by the legal requirements associated with these rights.

- Users may download and print one copy of any publication from the public portal for the purpose of private study or research.
- You may not further distribute the material or use it for any profit-making activity or commercial gain
- You may freely distribute the URL identifying the publication in the public portal ?

Take down policy

If you believe that this document breaches copyright please contact us providing details, and we will remove access to the work immediately and investigate your claim.

E-mail address:
vuresearchportal.ub@vu.nl

Een Perfecte Bocht Schaatsen

Falko Zandstra. Foto's: Dick Verton



*Jonge mensen die tot de
schaatstop willen*

*behoren moeten iedere
dag op de schaats staan
en zich elk jaar opnieuw
bewijzen in de slag met
concurrenten. Wat is er*

nou zo leuk aan top-

schaatsen?

Frank Bakker

Schaatsers die tot de Nederlandse subtop behoren besteden gemiddeld zo'n 25 à dertig uur per week aan hun sport. Voor de leden van de kernploeg ligt dat ruim boven de veertig uur per week. De talentrijken zijn vanaf hun dertiende à veertiende jaar zeer intensief bezig

met schaatsen. De kernploegleden hebben als ze 22 jaar zijn, ruw geschat, tussen de vijftien- en twintigduizend uur aan hun sport besteed. Voor ieder jaar dat ze doorgaan kan daar ruim tweeduizend uur bij opgeteld worden.

Deze gegevens zijn afkomstig van een onderzoek dat de laatste vijf jaar is gedaan bij schaatsers (jongens en meisjes) die deel uitmaakten van de kernploeg *Jong Oranje*. Het gaat om talentvolle schaatsers, die op grond van hun prestaties op de leeftijd van zestien à zeventien jaar worden gekozen in deze kernploeg, die in veel opzichten lijkt op de 'echte' kernploeg voor senioren. De schaatsers van Jong Oranje hebben een eigen kernploeg-trainer, bereiden zich met deze ploeg voor op belangrijke kampioenschappen en wedstrijden, gaan af en toe met de ploeg op trainingsstage en hebben extra trainingsfaciliteiten. Ze moeten zich, net als de leden van de seniorenkernploeg, ieder seizoen bewijzen. Wanneer hun prestaties in vergelijking met hun leeftijdgenoten minder zijn, verliezen ze hun plaats en neemt het volgende seizoen een ander die in.

Een aantal van de voor Jong Oranje geselecteerden stoot door naar de senioren kernploeg en blijkt uiteindelijk ook internationaal tot de top te behoren. Dat geldt uiteraard niet voor allemaal. Sommigen zien geen kans die aansluiting tot stand te brengen en blijven net onder de top steken, waarbij ze overigens tijden schaatsen die in de periode van Ard Schenk, Kees Verkerk en Jan Bols goed geweest zouden zijn voor de wereldtop.

Ook de schaatsers die vijf jaar geleden tot de kernploeg van Jong Oranje behoorden, maar er (nog?) niet in geslaagd zijn zich te kwalificeren voor de seniorenkernploeg, zijn op één uitzondering na, nog zeer intensief met schaatsen bezig. Ze nemen deel aan gewestelijke wedstrijden, proberen zich door hun prestaties te kwalificeren voor het Nederlands kampioenschap, en kunnen door daarin hoog te eindigen, selectie voor het Europees Kampioenschap, het Wereld Kampioenschap of (deze maand) Olympische Spelen afdwingen. De kans dat één van hen daarin zal slagen moet echter niet al te groot worden geacht. De concurrentie van de kernploegleden en van andere gewestelijke rijders is groot.

EEN JUISTE KEUZE Wat bezielt deze jonge schaatsers eigenlijk? Waarom doen zij al die moeite, terwijl er zoveel concurrentie is en zij zich telkens opnieuw moeten bewijzen? Een antwoord

op deze vragen komt uit een onderzoek dat in het seizoen 1986/87 werd gestart aan de Faculteit der Bewegingswetenschappen van de Vrije Universiteit te Amsterdam bij schaatsers die toen deel uitmaakten van Jong Oranje. Het onderzoek begon met elf jongens en tien meisjes. Van deze groep van 21 maken nu twee jongens deel uit van de senioren all-round kernploeg. Eén jongen is lid van de sprintkernploeg en twee meisjes zitten in de dames-kernploeg. In de loop van de jaren werden degenen die nieuw in de kernploeg van Jong Oranje kwamen en waarvan er enkelen tegenwoordig eveneens in de senioren-kernploeg zitten, ook bij het onderzoek betrokken, terwijl degenen die niet langer deel uitmaakten van Jong Oranje toch zo veel mogelijk aan het onderzoek bleven meedoen. In totaal zijn er gegevens van zeventien meisjes en zestien jongens. Van hen werden aan het eind van het vorig seizoen 32 geïnterviewd.

Eén van de vragen luidde of de schaatsers weer voor (top)schaatsen zouden kiezen, als zij opnieuw een keuze zouden mogen maken. Slechts één van de schaatsers beantwoordde deze vraag ontkennend. Zijn voorkeur zou uitgaan naar judo. Alle anderen zouden opnieuw voor schaatsen kiezen, waarbij vijftig procent dat zonder enig voorbehoud zou doen. Vier schaatsers twijfelen wel („Ik weet het niet; het is mooi, maar ook erg zwaar”; „Ik twijfel; misschien zou ik voor studeren kiezen, maar misschien ook weer voor de kernploeg”; „Tennis verdient wel beter”). Het overige voorbehoud dat gemaakt wordt hangt samen met de mogelijkheid dat andere sporten misschien (nog) leuker zouden zijn dan schaatsen („Ja, maar misschien zou ik ook wel voor wielrennen kiezen; dat is ook leuk omdat iedereen onder dezelfde omstandigheden fietst”; „Ja, maar korfbal en handbal zijn ook leuk”). Voorzover er al twijfel bestaat over de juistheid van hun keuze, heeft deze kennelijk nauwelijks betrekking op de keuze voor intensieve sportbeoefening. Hooguit op de tak van sport. Maar vrijwel alle geïnterviewden zouden opnieuw voor een carrière als topsporter kiezen.

Er worden even vaak kanttekeningen geplaatst door schaatsers die tot de 'top' behoren als door de andere schaatsers. Het succes dat men tot nog toe heeft behaald, lijkt daarmee de antwoorden niet echt te kleuren. Wel is het natuurlijk zo dat vrijwel alle schaatsers die werden geïnterviewd nog minimaal twintig uur per week aan het schaatsen besteden. In dat opzicht ligt een bevestigend antwoord op de vraag of ze weer voor schaatsen zouden kiezen, voor de hand. Toch geven die antwoorden tevens aan dat ze het met hun keuze wel naar hun zin hebben.

**Schaatsers vinden
het gevoel heerlijk
dat je krijgt als je
heel snel over de
baan glijdt of als
je soepel een perfecte bocht rijdt.**

WAT MAAKT TOPSCHAATSEN ZO LEUK? De volgende vraag was dan ook wat het schaatsen leuk maakt. De antwoorden werden ingedeeld in categorieën die uit een Amerikaans onderzoek bij kunstrijders op de schaats naar voren waren gekomen. Het blijkt dat de erkenning door anderen van de prestaties van de schaatser, slechts een zeer ondergeschikte rol speelt. Slechts acht van de 32 schaatsers noemen iets dat in deze categorie valt onder te brengen, terwijl alle schaatsers samen maar negen uitspraken doen in deze categorie (dat is nog geen vijf procent van alle uitspraken). Kennelijk zijn krante-interviews, op de televisie komen en dergelijke, geen zaken die voor de schaatsers veel gewicht in de schaal leggen. Het 'ervaren van eigen kunnen', de 'sociale aspecten' en 'het schaatsen zelf' blijken de belang-



rijkste bronnen voor het plezier in schaatsen. Driekwart van de schaatsers doet één of meer uitspraken die in de categorie 'sociale aspecten' thuishoren: het trainen met andere talentvolle schaatsers, kijken naar andere goede schaatsers, reizen en kennismaken met nieuwe dingen en andere mensen en het samen zijn. Ongeveer tachtig procent noemt ten minste een aspect dat met het ervaren van eigen kunnen te maken heeft. Een goede prestatie en het voldane gevoel dat je daaraan ontleent, spelen daarbij een rol. Het is prettig te ervaren dat je de beste bent en steeds beter wordt. Ongeveer een even groot deel noemt een aspect dat betrekking heeft op het schaatsen zelf. De schaatsers vinden het gevoel heerlijk dat je krijgt als je heel snel over de baan glijdt of als je soepel een perfecte bocht rijdt. Deze laatste categorie lijkt, wanneer we afgaan op het totaal aantal uitspraken, de belangrijkste. Bijna eenderde van de antwoorden waarom schaatsen de moeite waard is, heeft betrekking op het schaatsen zelf.

De uitkomsten tonen grote overeenkomst met de resultaten van Amerikaans onderzoek bij *kunstschaatsers*, hoe-

wel daarin de 'erkenning door anderen' een grotere plaats innam dan in ons onderzoek. In het onderzoek bij de kunstrijders bleek echter ook, net als bij de hardrijders, dat aspecten die verband houden met het leveren van prestaties zeker niet overheersten. Beide andere categorieën – 'sociale aspecten' en 'het opdoen van speciale ervaringen' en 'het schaatsen zelf' – zijn minstens zo belangrijk voor de schaatsers.

Op het eerste gezicht lijkt dit in te gaan tegen de indruk die men als toeschouwer of buitenstaander heeft (van de beweegredenen) van schaatsers en algemener, van topsporters. Sporters zijn immers in alle staten als ze hebben ge-

wonnen en hun wereld lijkt in te storten, als ze een fractie tekort komen voor het kampioenschap. Maar men moet bedenken dat zulke observaties zeer selectief zijn. Toeschouwers, televisiekijkers en krantelezers zien vrijwel uitsluitend de momenten dat nadrukkelijk een beroep gedaan wordt op motieven als 'willen uitblinken', 'de beste willen zijn', 'bewijzen dat je het kunt' en dergelijke. Dit zijn de beweegredenen die in een kampioenschap op de voorgrond treden. Het zou ook dwaas zijn als de schaatser die net een paar honderdste punt te kort komt om zich Olympisch kampioen te kunnen noemen aan Mart Smeets en een paar miljoen televisiekijkers zou laten weten

dat hij zo'n kick kreeg van de perfecte bocht die hij maakte, of dat de sfeer zo fantastisch was. Men zou zelfs kunnen zeggen, dat als een schaatser het alleen moet hebben van de aandacht in de media en van een hoge klassering, hij of zij veel te weinig positieve ervaringen opdoet om gemotiveerd te blijven.

WEL OF GEEN GOUD Mochten onze schaatstroeuen het deze maand minder goed doen in Albertville, dan zal dat voor weinigen onder hen een reden zijn om er maar mee op te houden. Wellicht daalt hun motivatie tijdelijk tot onder nul, maar dat die motivatie definitief weg zou zijn is onwaarschijnlijk. Een perfecte bocht schaatsen geeft te vaak een kick. Verreweg de meeste schaatsers die dit jaar in Albertville om de Olympische eer strijden, zullen er volgend seizoen weer gewoon bij zijn. Of ze nu wel of geen goud hebben gewonnen. ●